

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
2	3	4	5	6
Minestra de verdures	Amanida de pasta	Cuscús amb verdures		
Bistec de vedella a la planxa amb guarnició	Peix planxa amb guarnició	Hamburguesa vegetal		FESTIU
Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat		
9	10	11	12	13
Minestra de verdures	Pasta amb bròquil i formatge	Amanida tropical	Mongeta amb patata	Purè de pastanaga
Hamburguesa de vedella amb guarnició	Pollastre al forn amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	Peix planxa amb guarnició	Bistec de vedella planxa amb guarnició
Fruita de proximitat	logurt del Berguedà	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat
16	17	18	19	20
Carxofes al vapor amb pernil	Llenties amb verdura i tonyina	Bròquil amb patata	Amanida d'arròs	
Peix planxa amb guarnició	Llom planxa amb guarnició	Croquetes d'espínacs amb guarnició	Bistec de vedella planxa amb guarnició	Menú de Nadal
logurt del Berguedà	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	Fruita de proximitat	



93 717 83 35 www.gumen-catering.com

Pot resoldre els seus dubtes a: info@gumen-catering.com o a través de la nostra web.
GUMEN CATERING, S.L. C/Tamarit 10 (08205) Sabadell, Barcelona REG/SANITARI 26.05609/

Recorda

-El menú de cada dia esta elaborat el mateix dia.

-D'aquest menú un 25% de la pasta és ecològica.

-El nostre arròs prové del delta de L'Ebre.

-És molt important la fruita dins de la nostra dieta, els làctics no han de substituir a la fruita. És de proximitat i dues vegades al mes és ecològica.

-Els dijous el pa és integral.

-Per cuinar i amanir s'utilitza oli d'oliva i per fregir oli de gira-sol alt oleic.

-El sopar serà el millor moment per a complementar la nostra dieta, si ho feu d'hora ajudarà als nens a dormir bé.

-Només hauríem de menjar brioxeria, pastissos i dolços esporàdicament.